

Somatische Resilienz und Regulation

Traumalösung für Körpertherapeuten und körperorientierte Psychotherapeuten

Datum: **05.03.2020 - 21.06.2020**

Leitung: **Michael Mokus**

Anzahlung 300,00 €

Preis: **995,00 €**

[» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Seminarbeschreibung

Diese Weiterbildung vermittelt ein grundlegendes Verständnis von Schock- und Entwicklungstrauma sowie die praktischen Fertigkeiten, die im Umgang damit für KörperpsychotherapeutInnen eine Rolle spielen. Ziel ist, das Vertrauen und die Fähigkeiten zu entwickeln, das ermutigende Verständnis, die somatische Achtsamkeit und die taktilen Fertigkeiten der Traumalösung in das jeweilige therapeutische Arbeitsfeld integrieren zu können.

Aufbauend auf dem Verständnis der intelligenten, autoregulativen Kräfte des Nervensystems erlernen die Teilnehmenden spezifische Fertigkeiten, die ein behutsames und effektives Erforschen und Lösen traumatisch gebundener Energien ermöglichen. Das vorgestellte Material basiert zum Teil auf den Ergebnissen der Arbeit von Dr. P. Levine (SE). Ergänzt werden diese Werkzeuge mit neuen Einsichten aus dem Gebiet neuroaffektiver Regulation („Wie aus Stress Gefühle werden“), dem menschlichen Bindungsverhalten und sozialer Kommunikation (Dr. S. Porges).

Es ist das Ziel, die Teilnehmenden in ihrem Vertrauen und ihren Fähigkeiten zu unterstützen, das ermutigende Verständnis, die somatische Achtsamkeit und die Behandlungsfertigkeiten in ihr jeweiliges Arbeitsfeld integrieren zu können.

Die Methodik umfasst Vorträge und Präsentationen, praktische Übungen zu zweit und in Kleingruppen, Selbsterfahrung, Demo-Sitzungen, Fragen und Antworten, Diskussion.

Inhalte

- Vermittlung grundlegender Begriffe und Fertigkeiten
- Nervensystemregulation und die Grundlagen des Stress-Reaktionsmodells
- Auto-Regulierung, Co-Regulierung und Selbst-Regulierung
- körper-/berührungsorientierte Übungen zum Aufbau von größerer Sicherheit, Resilienz und Kapazität

- absichtsvolle Berührung im Kontext von Trauma: stabilisierend, ausgleichend und organisierend
- somatische Ansätze zur Lösung gebundener Ladung der verschiedenen Körperschichten: Muskelskelettsystem, Organe und Zentralnervensystem
- spezifische sprachliche Fertigkeiten: ressourcenorientierte und erforschende Sprache, die die Kontinuität von Erfahrung sowie körperliche und emotionale Reorganisation unterstützt
- Möglichkeiten der Affektregulation bei hohem Stress: „Top down“ und „Bottom up“
- Überblick über Entwicklungstraumata und ihre Auswirkungen auf die physiologische Regulations- und Beziehungsfähigkeit
- Potenziale und Grenzen der Körpertherapie bei Schock- und Entwicklungstrauma

Terminübersicht

05. - 08. März 2020

18. - 21. Juni 2020

Beginn jeweils am 1. Tag um 10.00 Uhr.

Voraussetzungen

Für Körpertherapeuten und körperorientierte Psychotherapeuten